



Les quatre types constitutionnels : le type *Tae yang in* (太陽人) a un Poumon puissant et un Foie faible ; *Tae eum in* (太陰人) a un Foie puissant et un Poumon faible ; *So yang in* (少陽人) a une Rate puissante et des Reins faibles ; *So eum in* (少陰人) a des Reins puissants et une Rate faible.

La Médecine coréenne RICONO Pierre

Paris : Éditions Grancher (Collection ABC), 2016

432 p.; 16 cm x 21,5 cm. Broché, Illustrations et Biblio.

ISBN : 978-2733913628 : 29 €

La Corée compte selon l'auteur 15% de tradipraticiens. Leur formation est de quatre années après le bac parfois prolongées d'un doctorat pour 9% d'entre eux. 86 % de la population recourt à la Médecine Traditionnelle Coréenne (MTK, *Hanbang* en coréen) pour traiter principalement des troubles loco-moteurs et digestifs. Les dépenses se comptent en milliards de dollars. Les médications sont végétales.

En 2013 a été publiée en sept volumes la traduction anglaise du *Dongui bogam*, ouvrage fondateur de la médecine traditionnelle coréenne, vieux de 400 ans et inscrit par l'Unesco sur la liste du patrimoine « Mémoire du monde ».

La théorie des quatre constitutions ou Médecine Constitutionnelle *Sasang* (SCM) est une spécificité coréenne. Elle définit quatre morphotypes humains *Tae yang*, *Tae Eum*, *So yang* et *So eum* (correspondance chinoise : *so* pour *shao* et *eum* pour *yin*). Elle est issue du *Dongui Susebowon* (Longévité et préservation de la vie dans la Médecine orientale) paru en 1901 dont l'auteur est Lee Jema. La différenciation repose sur celle de l'importance de quatre viscères et quatre entrailles et en donnant au Cœur une nature spirituelle (et donc exclu des Organes). Son succès populaire repose en partie sur la volonté de se différencier de la MTC (Médecine Traditionnelle Chinoise) et de la médecine occidentale. On notera cependant que de nombreuses prescriptions médicales sont issues du *Shanghanlun* (Traité des atteintes du froid) du début du 3^e siècle de notre ère qui est un traité de pharmacopée chinoise.

De ce fait, la MTK s'inspire de la MTC et en est issue, comme la tradition confucéenne marque la culture coréenne et les trigrammes leur drapeau national (Corée du Sud). Les quatre constitutions se déclinent au niveau psychologique et des maladies.

Parmi les thérapeutiques, l'alimentation est adaptée à chaque constitution. Par exemple, le célèbre *kimchi* (difficilement absorbable pour un Européen) dont l'équilibre *eum-yang* tient à

sa nature chaude (chou fermenté et piment) et froide (radis et d'ail).

Cet ouvrage didactique est une bonne approche pour le lecteur candide qui souhaite connaître cette médecine orientale. L'auteur insistera beaucoup sur les exercices physiques, les recommandations alimentaires, les tisanes et thés médicinaux et la pharmacopée (*hanyak*) pour les quatre constitutions *Sasang*. Par contre, vous ne trouverez qu'une petite trentaine de pages concernant les moxibustions coréennes (*tteum*), l'acupuncture *Saam* et la pharmacupuncture (*yakchim*). Et si vous souhaitez en apprendre davantage, on ne peut que vous conseiller de vous replonger dans ces deux articles consacrés à l'acupuncture au centre médical de l'Université Kyung Hee de Séoul [1,2] ou ceux retraçant l'histoire de l'acupuncture *Saam* et de la pharmacupuncture [3,4].

D^r Patrick Sautreuil

Spécialiste Médecine Physique et Neuro-Acupuncture

Chargé de cours au DIU d'Acupuncture Scientifique Paris XI Sud

✉ patrick2sautreuil@gmail.com

Conflit d'intérêts : aucun

D^r Jean-Marc Stéphane

Coordinateur du DIU d'acupuncture obstétricale à la faculté de médecine Lille 2 Médecin acupuncteur attaché au CHG de Denain 59220

✉ jeanmarc.stephan@univ-lille2.fr

Conflit d'intérêts : aucun

Références

1. Sautreuil P, Josset P, Koh BH. Acupuncture au Centre Médical de l'Université Kyung Hee de Séoul, Corée du sud (1^e partie). *Acupuncture & Moxibustion*. 2008;7(4):349-355.
2. Sautreuil P, Josset P, Koh BH. Acupuncture au Centre Médical de l'Université Kyung Hee de Séoul, Corée du sud (2^e partie). *Acupuncture & Moxibustion*. 2009;8(1):33-38.
3. Lee KH, Cho YY, Kim S, Sun SH. History of Research on Pharmacopuncture in Korea. *J Pharmacopuncture*. 2016;19(2):101-8.
4. Park M, Kim S. A Modern Clinical Approach of the Traditional Korean Saam Acupuncture. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2015;2015:703439.